

Date : 10/01/12

## Plonger pour sortir la tête de l'eau

L'association Aquadémie Paris Plongée propose tous les mois depuis 2009 des séances de plongée à des patients ayant terminé leurs traitements. Une initiative originale qui s'inscrit dans un processus global de reconstruction. Et invite après l'épreuve à une renaissance aussi bien physique que symbolique.



Chef du service d'oncologie à l'hôpital Tenon de Paris, le Pr Jean-Pierre Lotz est très investi auprès de ses patients. Passionné de plongée depuis une dizaine d'années, c'est en discutant avec d'autres aficionados de la fédération qu'est née en lui l'idée d'amener des malades à découvrir ces plaisirs aquatiques. En partenariat avec l'association **Tribu Cancer**, Aquadémie Paris Plongée a vu le jour en 2009. Une association récente qui, pour sa seconde année d'existence, compte aujourd'hui une douzaine de membres. Le principe ? Organiser une séance de plongée par mois en piscine, puis emmener les adhérents en mer quelques jours sur le site du Lavandou. « L'objectif n'est pas d'en faire des grands plongeurs : on leur propose un

## Évaluation du site

Ce site s'adresse aux personnes malades du cancer et à leurs proches. Animé par une équipe de journalistes, il diffuse des articles concernant l'actualité autour de ces pathologies.

Cible  
Grand Public

Dynamisme\* : 27

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine

baptême et on amène ceux qui le souhaitent au niveau 1 », souligne Guy Boubennec, président de l'association et moniteur. Enthousiaste et passionné de plongée depuis plus de 40 ans, cet homme connaît bien la problématique de ses élèves, ayant lui-même été confronté au cancer.

#### Association de bienfaiteurs

Découvrir de nouvelles sensations physiques, s'évader du quotidien, retrouver un nouveau souffle après les traitements : autant de bénéfices tangibles pour les participants qui décident de se jeter à l'eau. Mais en plus des bienfaits propres à toute activité sportive, la pratique de la plongée apporte quelque chose de véritablement singulier. « Pour comprendre ce que l'expérience apporte à quelqu'un, il faut l'observer quand il ressort de sa première plongée.

Chez l'élève qui a fait sa première descente, tout est dans le sourire et les yeux. C'est un moment magique », explique le Pr Jean-Pierre Lotz. « Ils sont émerveillés. On a l'impression de leur avoir donné le bout du monde », confirme Guy Boubennec. Une manière originale de tourner la page après les traitements et de se donner un nouveau challenge même si la démarche demande quand même un peu d'audace et de courage. « Quand on sort d'une épreuve comme le **cancer**, c'est important de vivre une expérience forte. Faire le tour du marché est peut-être agréable mais pas assez bouleversant. La plongée permet d'éprouver des sensations qu'on ne connaît pas », souligne **Jean** -Louis Laporte, président de l' **association Tribu Cancer** . Plonger représente donc aussi un moyen de se réapproprier son corps mis à mal, de retrouver goût de l'aventure et surtout de s'apercevoir que malgré l'épreuve, tout est encore possible.

Les participants ont en commun d'avoir traversé le **cancer** mais pas question ici de s'épancher sur cette expérience « C'est une question de courtoisie. Pratiquer la plongée permet justement de penser à autre chose et de sortir de ce vécu de malade », explique Guy Boubennec.

L'initiation est aussi un formidable moyen de recréer du lien social après le temps d'exclusion de la maladie souvent ressenti par les malades. « La plongée implique un partage et met en évidence des valeurs de solidarité », souligne **Jean** -Louis Laporte. Quand on se retrouve à 20 mètres sous l' eau, on compte sur l'autre. On partage un contrat d'assistance mutuel ».

Sans limite d'âge, les candidats à l'aventure sous-marine sont rigoureusement sélectionnés parmi les patients du Pr Jean-Pierre Lotz : « je ne propose pas cette activité aux patients qui sont dans la phase active des traitements. Quand ils vont bien et que les effets secondaires sont terminés, j'en parle à ceux qui pourraient être intéressés », explique le Pr Jean-Pierre Lotz. Et s'il existe des contre-indications à la plongée, celles-ci ne sont pas forcément liées au **cancer** mais à d'autres types de pathologies préexistant ou non avant la maladie : pneumothorax, trachéotomie, chirurgie thoracique, problèmes orl ou cardiaques... Dans tous les cas, c'est au médecin de statuer si la personne pourra ou non faire le grand saut.

Nathalie FERRON